

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Kebiasaan jajan siswa SDN Gunungsari dalam kategori tinggi dengan frekuensi jajan 6-7 kali dalam seminggu, jenis jajanan yang paling diminati yaitu makanan ringan dan es yang dijual di kantin sekolah.
2. Perilaku pemilihan makanan jajan siswa SDN Gunungsari paling besar dipengaruhi oleh teman sebaya yang selalu menggunakan bumbu bubuk sebagai pelengkap jajanan.
3. Tingkat asupan zat gizi makro energi dan karbohidrat siswa SDN Gunungsari tergolong defisit. Defisit energi dan karbohidrat yang tinggi membuat siswa merasa lapar atau kekurangan energi selama kegiatan belajar. Hal ini bisa mendorong mereka untuk mencari makanan tambahan melalui jajanan.
4. Status gizi siswa SDN Gunungsari dalam kategori status gizi baik, namun masih terdapat masalah gizi yang perlu diperhatikan, seperti gizi lebih, obesitas, gizi kurang, dan gizi buruk. Hal ini dapat berkaitan dengan pola konsumsi makanan, termasuk jajanan yang tidak sehat.

B. Saran

1. Mengadakan program pendidikan gizi secara rutin kepada siswa dan orang tua di SDN Gunungsari guna meningkatkan edukasi gizi siswa SDN Gunungsari
2. Mengembangkan dan memberdayakan kantin sehat di sekolah agar menyediakan pilihan jajanan yang lebih sehat.
3. Meningkatkan pengawasan di sekitar area sekolah, terutama pada jam istirahat, guna memastikan aturan larangan membeli jajanan di luar sekolah dipatuhi. Pihak sekolah bisa bekerja sama dengan petugas keamanan sekolah untuk memantau dan menegur siswa yang melanggar aturan.
4. Memberikan penghargaan kepada siswa yang mematuhi aturan dan membeli jajanan sehat di kantin sekolah. Penghargaan bisa berupa poin yang bisa ditukar dengan hadiah menarik. Hal ini dapat memotivasi siswa untuk mematuhi aturan dan mengubah kebiasaan jajan mereka.